



BREAST CANCER Awareness

Risikofaktore en tekens

Die vroeë opsporing van borskanker verbeter oorlewingsyfers dramaties en verminder die noodsaaklikheid van aggressiewe behandeling.

Dit is volgens dr. Peter Schoub, voorsitter van Bissa, 'n sub-spesialiteitsgroep van die Radiologiese Vereniging van SA.

Risikofaktore om borskanker te kry, sluit in:

Ouderdom:

Die risiko om borskanker te ontwikkel neem met ouderdom toe, maar 1 uit 8 indringende borskankers word by vroue jonger as 45 aangetref.

Familiegeskiedenis:

Vroue met naby-familielede wat borskanker gehad het, het 'n groter risiko.

Persoonlike geskiedenis:

'n Vrou wat kanker in een bors gehad het, het 'n groter kans om kanker in 'n ander deel van die bors of in haar ander bors te ontwikkel.

Digte borsweefsel:

Vroue met digte borsweefsel het meer klierweefsel en minder vetweefsel, en dus 'n hoër risiko vir borskanker.

Oorgewig:

Vroue wat oorgewig is, het 'n groter risiko vir bors- en ander kankers.

Leefstyl:

Oormatige alkoholname, rook, 'n gebrek aan fisiese aktiwiteit en 'n dieet hoog in ongesonde vette, verhoog die risiko vir borskanker.

Hormonale faktore:

Vroue wat na die ouderdom van 30 hul eerste kind gehad het, het 'n hoër risiko vir borskanker as vroue wat voor 30 geboorte gegee het. Borsvoeding van langer as 'n jaar verlaag 'n vrou se risiko vir borskanker.

Kyk uit vir dié tekens

Hoewel alle vroue gereeld vir 'n mammogram moet gaan, kan selfondersoek van jou borste ook baie bydra om borskanker op te spoor.

Kyk veral uit vir dié tekens:

- * Swelling van die hele bors of 'n deel van die bors.
- * Velirritasie, kuiltjies of riuwe op die vel.
- * Rooiheid, skubberigheid of verdikking van die tepel of borsvel.

- * 'n Pyn in 'n tepel of 'n tepel wat na binne induik.
- * 'n Afskeiding uit die tepel, anders as borsmelk.
- * 'n Knop in die bors of naby die okselarea.



Belinda Smith saam met haar man Danie en hul dogtertjie, Anzél (6).

Só het Belinda haar pad met borskanker gestap

Retha Fitchat

"Moenie wag tot dit te laat is nie. Vertrou jou liggaam om vir jou te sê as iets verkeerd is. Dit kan jou lewe red."

Só sê Belinda Smith van Sasolburg, wat ses jaar gelede op die ouderdom van 29 met borskanker gediagnoseer is. Oktober is borskankerbewustheidsmaand, wat Belinda laat besluit het om haar ervaring met ander vroue te deel.

"Ek het in 2017 pas ma geword van 'n pragtige dogtertjie en is dokter toe vir 'n nageboorte-ondersoek. Ek het vreeslik gesukkel om te borsvoed en het opgehou, maar daar het steeds vog uit my bors gekom. My dokter het gereken dit is normaal en niks om oor te bekommer nie. Iets het steeds nie reg gevoel nie en ek is terug vir 'n opvolgondersoek. Ek is vir 'n mammogram verwys, wat 'n knop van byna 8 cm uitgewys het. 'n Biopsie is dadelik gedoen en weggestuur."

'n Week later, op 19 Oktober 2017, het Belinda die skoknuus gekry: "Dit was fase 3 borskanker wat toe reeds na sekere van my limfkliere versprei het. Dit het gevoel of my hele lewe in duie stort. Daar het soveel emosies en vrees deur my kop gemaak. Ek is na die Vereenigingse onkoloog, dr. Daniel Rens, verwys, waar verdere toetse getoon het dat dit 'n uiters aggressiewe kanker was. Dr. Rens het vir my twee opsies gegee:

Met Opsie 1 sou hulle my eers behandel en sien hoe alles reageer, maar daar was geen waarborge nie. Opsie 2 was om so vinnig moontlik te opereer en 'n mastektomie te doen. Met die wete dat my kind vir my wag, het ek sonder huiwering Opsie 2 gekies. Ek is na dr. Snyman by Mediclinic Emfuleni verwys, wat eerlik vir my gesê het die prognose lyk nie goed nie maar hy gaan sy beste gee."

Op 7 November 2017 is Belinda se

mastektomie gedoen en later die aand het die dokter "goeie nuus" in die omstandighede gebring: Die knop se afmetings was toe slegs 5 cm en van die 5 kliere wat hulle vermoed het aangetas is, was sleg 3 mikroskopies aangetas. Dit het haar prognose al klaar baie beter gemaak.

"Ek het daarna met my chemobehandeling van 6 maande begin, wat my ongelooflik sleg laat voel het. Daarna het 40 sessies bestraling gevolg. Ek het deur al my behandelings my kop positief gehou en nie gaan rus nie. Ek het steeds gaan werk en aangepas by my 'nuwe normaal'.

"Dit is hierdie maand presies 6 jaar sedert my diagnose en ek gaan steeds elke 6 maande vir toetse en opvolgondersoeke. Nog elke keer is die nuus dat my kankertellings stabiel is. Ja, dit het letsels gelaat. Ja, dit verander mens se hele uitkyk op die lewe, maar dis nie 'n doodsvoornis nie. Ek is vandag bevoorreg om my dogtertjie van 6 te sien grootword en my lewe te deel met my man, Danie. Hy het my nie een keer geoordeel oor hoe ek nou lyk nie. Ons het 'n vol en gelukkige lewe."

Belinda sê haar belangrikste raad aan vroue, jonk en oud, is om te gaan vir 'n mammogram. "Maak dadelik werk daarvan as iets nie reg voel nie. Ouderdom is geen waarborg dat kanker nie oor jou pad gaan kom nie. Moenie wag tot dit te laat is nie. Elke dag tel vir lewe."

Na haar behandelingsreis het sy dié advies vir vroue wat die kankerpad begin stap: "Maak staat op die mense om jou want 'n ondersteuningsnetwerk is baie belangrik. Moenie bekommerd of bang wees dat mense jou gaan oordeel nie want dis jou pad en jy moet deur dit werk. Moenie bang wees om te gaan vir berading nie. Mense is nie klippe nie en glo my, dis nodig want so 'n diagnose is traumaties. Daar is mense wat dáár wil wees om jou te help. Gebruik dit."



Advertorial

Thrive 365 - Beat breast cancer on your own terms

During the month of October, which is designated as Breast Cancer Awareness month, we are reminded of the courageous women and men who have been diagnosed with breast cancer and also honor those who have lost the battle against the debilitating disease.

The incidence of breast cancer among South African women is increasing and is one of the most common cancers among women in SA.

With a lifetime risk of 1 in 27, the risk of breast cancer increases with age. Those who have immediate family members diagnosed with breast cancer may be at higher risk and may develop cancer at a younger age. Breast cancer affects people across different genders, races and social statuses.

As alarming as this is, breast cancer treatment can be highly effective particularly when the disease is identified early, leading to a favorable prognosis. Regular self-breast examination and regular mammograms are the key to early detection. With our 3D digital breast tomosynthesis unit, we at Vaal Radiology Inc. can detect small cancers and masses hidden in dense breast tissue much early than standard 2D mammography.

Those who undergo regular breast screening are diagnosed earlier with less advanced cancer and small tumors, undergo less aggressive treatment and have a lower risk of dying from the cancer.

Regular screening is more likely to find breast cancers when they are small and localized to a smaller area of the breast. This is important for successful treatment and survival, since the size and extent of the tumor and spread are crucial in predicting the outcome of a breast cancer diagnosis. We encourage women over the age of 40 to have a yearly routine mammogram as early detection with early treatment may result in more effective treatment, leading to a reduction in pain and suffering and a significant decrease in the loss of life. Take control and beat breast cancer on your own terms.



From Left: Anel Pretorius, Samantha Mvubu, Crystal Ross, Amanda Mokoena and Dr AB Mehtar

Contact us at Mediclinic Vereeniging Hospital (016 430 4300) and Midvaal Private Hospital (016 430 4330) to make your booking today.

ALCO BETON
PRE-CAST WALLS

SERVICES

- ✓ Precast Walls
- ✓ Paving
- ✓ Electric Fencing
- ✓ Palisade Gates
- ✓ Gate Motors

76 Krupp Str NW7,
Vanderbijlpark, 1911

WE SUPPORT BREAST CANCER AWARENESS

OFFICE 016 986 1842
JACKIE 084 326 5228
SUSAN 083 957 9274